

Q.3

食物アレルギーの検査や診断にはどのようなものがありますか？

A.3

食物アレルギーは、特定の食物で症状が現れること（問診・食物経口負荷試験）や、その食物に対する IgE 抗体が存在すること（特異的 IgE 検査）を検査した結果で診断されます。

1 問診

症状を詳しく聞くだけでほとんどの食物アレルギーは診断が可能です。

症状が出る前に、何を、どれだけ食べたか、食べてから発症までの時間、症状の様子と持続時間、症状の再現性（同じような食品を食べたときに同じような症状を経験すること）の有無などについて聞きます。

2 食物経口負荷試験

医師の管理の下で、食物アレルギーが疑われるアレルゲンを含む食品を摂取して、症状の出現を観察します。

食物アレルギーが疑われるアレルゲンを含む食品を15～30分ごとに3～6回、徐々に増量しながら摂取します。

途中で症状が現れれば、陽性（食物アレルギーを有する）と判断します。

食物アレルギーの有無だけでなく、症状が誘発される摂取量や、誘発症状の重症度も含めて評価することができます。

食物経口負荷試験は、県内では各市の基幹病院の小児科の多くで実施されています。一定の基準を満たした医療機関で行う負荷試験は、保険適用となっています。

3 特異的 IgE 検査（血液検査・皮膚プリックテスト）

血液検査は、血液中の特異的 IgE 抗体の有無を調べる検査です。例えば、卵アレルギーであれば、血清中に卵白特異的 IgE 抗体が検出されます。

皮膚プリックテストは、食物アレルギーが疑われるアレルゲンを含む食品（若しくはそのエキス）を皮膚につけ、針で軽く刺すことで特異的 IgE 抗体の有無を証明する検査です。

2 即時型食物アレルギー

食物アレルギーは、食物を摂取して2時間以内に症状が起きる「即時型食物アレルギー」と、数時間以上たってから起きる「非即時型（あるいは遅発型、遅延型）食物アレルギー」の大きく二つに分けられます。多くは「即時型食物アレルギー」ですが、両方の反応を併せ持つ場合もあります。児童生徒が発症する食物アレルギーのほとんどは食後2時間以内に症状が現れる「即時型食物アレルギー」です。「即時型食物アレルギー」の症状には、「アナフィラキシー」や「アナフィラキシーショック」などがあり、生命の危険を伴うこともあります。

また、即時型食物アレルギーの特殊なタイプとして、口腔アレルギー症候群と食物依存性運動誘発アナフィラキシーがあります。

Q.4

即時型食物アレルギーの症状にはどのようなものがありますか？

A.4

即時型食物アレルギーの症状は多岐に渡ります。皮膚症状（じんましん、紅斑など）が最も多く現れる症状ですが、咳・喘鳴（ぜんめい：発作にともなって生じるゼーゼー・ヒューヒューという気道音）等の呼吸器症状、腹痛・下痢・嘔吐などの消化器症状等も高い頻度で現れます。

皮膚、消化器、呼吸器等、複数の臓器に重症のアレルギー症状が同時に出現し、生命に危機を与えることもあるような状態を「アナフィラキシー」と呼びます。

アナフィラキシーに血圧の低下や意識障害（意識がもうろう、呼びかけに反応できないなど）を伴う場合を、「アナフィラキシーショック」と呼びます。

「緊急時の判断と対応」の〈緊急性が高いアレルギー症状〉が一つでもあれば、緊急性が高いアレルギー症状として対応します。

国内で食物を原因としたアナフィラキシーによる死亡者数は、年間2～5人と確認されています。

【表1】【図2】 参照

P61 参照

【表1】 食物アレルギーの症状

臓器		症状
皮膚		かゆみ、むくみ、じんましん、皮膚が赤くなる
粘膜	眼	白目が赤くなる、ブヨブヨになる、かゆくなる、涙が止まらない、まぶたがはれる
	鼻	くしゃみ、鼻汁、鼻がつまる
	口やのど	口の中やのどの違和感やはれ、のどのかゆみ・イガイガ感
消化器		腹痛、気持ちが悪い、吐く、下痢
呼吸器		のどが締めつけられる感じ、声がかすれる、犬がほえるようなせき、せき込み、ゼーゼー、呼吸がしづらい
全身性	アナフィラキシー	皮膚・粘膜・消化器・呼吸器の様々な症状が複数出現し、症状がどんどん進行してくる状態
	アナフィラキシーショック	ぐったり、意識がもうろうとしている、呼びかけに反応できない、顔色が悪い

「食物アレルギーに関する基礎知識」(文部科学省・(公財)日本学校保健会)から作成

【図2】 食物アレルギーの症状



アナフィラキシー時の呼吸の様子は、文部科学省・公益財団法人日本学校保健会「学校におけるアレルギー疾患対応資料(DVD)」のミニドラマで見ることができます。

P65 参照

Q.5

即時型食物アレルギー症状に対してはどのような処置や投薬がありますか？

A.5

即時型食物アレルギーは、どの症状も運動により悪化するため、症状が現れた時には安静を保つことが重要です。その上で、処置や投薬を行います。現れた症状に対する処置や投薬は次のとおりです。

1 皮膚症状

ヒスタミンの働きを抑える抗ヒスタミン薬が有効であり、内服した場合は30分程度で効果が現れます。また、患部を冷却することも有効です。

2 呼吸器症状

息苦しさを伴わない程度の軽い咳やぜん鳴は、気管支を広げる作用を持つ気管支拡張薬が有効です。内服薬（30分程度で効果が現れる）若しくは吸入薬（数分で効果が現れる）が用いられます。

なお、会話しにくい程度の息苦しきがある場合は、アドレナリン自己注射薬（以下「エピペン®」という。）の使用が必要となります。

3 消化器症状

アドレナリン以外に即効性のある薬はありません。

腹部を温めると腹痛を軽減できることが多く、ステロイドの内服もある程度効果があると考えられています。

4 循環器症状・全身症状

迅速にエピペン®を使用する必要があります。

Q.6

即時型食物アレルギー症状に対する薬は、同時に使用しても問題ありませんか？

A.6

症状が比較的重い場合、症状を長引かせたり、悪化させたりしないために、ステロイド薬を内服することがありますが、ステロイド自体には症状を抑える即効性はありません。

即時型アレルギー症状に対する薬は、いずれも同時に使用しても問題はありません。重症の場合は、エピペン®を速やかに使用することが必要です。

P61 参照

Q.7

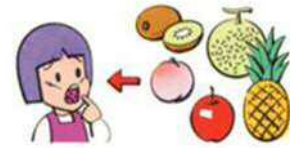
特殊なタイプの即時型食物アレルギーとはどのようなものですか？

A.7

1 口腔アレルギー症候群

原因食品を食べた直後に、口腔内や咽頭にかゆみを生じます。多くは、花粉に対する IgE 抗体が、果物や野菜、豆乳等にも反応してしまうために起こります。

原因食品を大量に摂取した場合は、全身症状が出ることもありますが、口腔内に違和感があった時点で摂取をやめれば、重い症状になることはまれです。



2 食物依存性運動誘発アナフィラキシー

原因食品を食べただけではアレルギー症状は現れませんが、食後に運動するとアナフィラキシーが起こります。運動によって腸での消化や吸収に変化が起き、未消化のたんぱく質が吸収されて起こると考えられています。

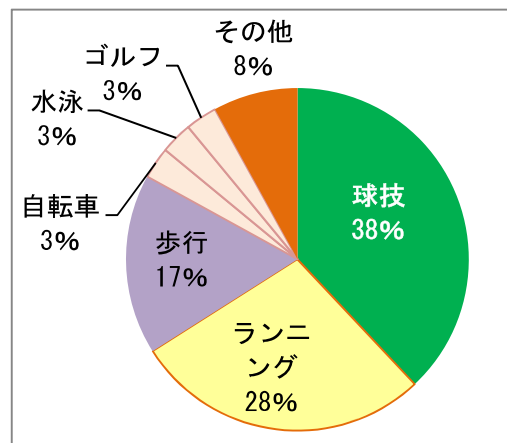
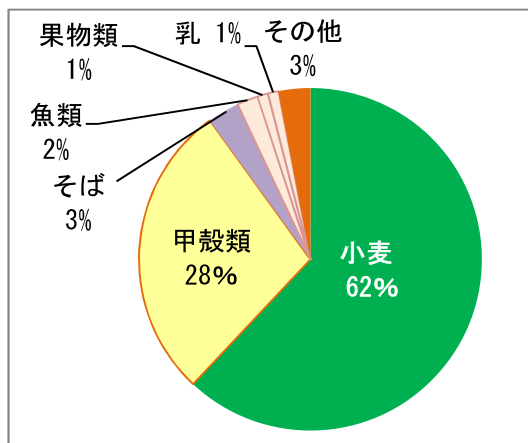
それまで全く食物アレルギーのなかった人が、ある日突然、発症する例がよく見られます。小麦、甲殻類の順に多く、最近では、ももやりんごなどの果物でも増えています。

また、小麦・乳アレルギーの治療の段階で、ある程度摂取が可能となった後に、運動によって症状が誘発される場合もあります。



【図3】 参照

【図3】 食物依存性運動誘発アナフィラキシーの原因食品と発症時の運動



「食物アレルギー診療ガイドライン 2012」(日本小児アレルギー学会食物アレルギー委員会)から引用